

PROGRAM DIII
KEPERAWATAN FAKULTAS
ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH TASIKMALAYA
Octiara Eka Cintya Utama
E2114401060

**ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN PENERAPAN TERAPI TEKNIK
RELAKSASI BENSON TERHADAP PASIEN HIPERTENSI UNTUK
MENURUNKAN TEKANAN DARAH TINGGI DI RUANG MELATI 3
RSUD DR. SOEKARDJO KOTA TASIKMALAYA**

ABSTRAK

vii Bagian awal + 56 halaman + 10 tabel + 3 lampirann

Pendahuluan : Hipertensi adalah masalah kesehatan global yang telah diakui sebagai kontributor utama terhadap beban penyakit kardiovaskular. Menurut data *World Health Organization* (WHO), di seluruh dunia, sekitar 972 juta orang atau 26,4% mengidap hipertensi. Jika tidak ditangani dengan benar maka akan menyebabkan berbagai komplikasi, banyak intervensi yang telah dilakukan untuk mengatasi masalah hipertensi ini baik secara farmakologis maupun non farmakologis. Salah satu non farmakologis untuk menurunkan tekanan darah terhadap penyakit ini adalah terapi relaksasi benson. **Tujuan:** Pada studi kasus ini adalah untuk mengetahui asuhan keperawatan dengan penerapan teknik terapi relaksasi benson untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. **Metode:** Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan melibatkan 2 klien yang dipilih sesuai dengan kriteria yaitu pasien hipertensi dengan penerapan teknik relaksasi benson sesuai SPO dengan pengintegrasian nilai – nilai Al Islam kemuhammadiyah. **Hasil :** Hasil studi kasus terbukti pada 2 klien hipertensi didapatkan adanya penurunan tekanan darah setelah diberikan terapi relaksasi benson selama 2x sehari dalam 3 hari berturut- turut dengan waktu 10 – 20 menit pada klien 1 mengalami penurunan dari 170/90 mmHg menjadi 165/80mmHg. sedangkan pada klien 2 mengalami penurunan tekanan darah dari 165/90mmHg menjadi 160/90mmHg **Kesimpulan :** Bahwa penerapan teknik relaksasi benson terbukti dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. **Saran:** diharapkan terapi relaksasi benson ini dapat di terapkan serta asuhan keperawatan ini dapat di publikasikan

Kata kunci : Hipertensi, relaksasi benson, tekanan darah

Pustaka : 12 (2010-1019)

DIII NURSING PROGRAM

FACULTY OF HEALTH SCIENCES

MUHAMMADIYAH UNIVERSITY TASIKMALAYA

Octiara Eka Cintya Utama

E2114401060

**NURSING CARE USING THE APPLICATION OF BENSON
RELAXATION TECHNIQUES TO HYPERTENSION PATIENTS TO
REDUCTION HIGH BLOOD PRESSURE IN MELATI ROOM 3 DR.
SOEKARDJO TASIKMALAYA CITY**

ABSTRACT

vii Initial section + 56 pages + 10 tables + 3 appendices

Introduction: Hypertension is a global health problem that has been recognized as a major contributor to the burden of cardiovascular disease. According to data from the World Health Organization (WHO), around the world, around 972 million people or 26.4% suffer from hypertension. If it is not handled properly it will cause various complications. Many interventions have been carried out to overcome this hypertension problem, both pharmacologically and non-pharmacologically. One non-pharmacological way to lower blood pressure against this disease is Benson relaxation therapy. Objective: This case study is to determine nursing care using the Benson relaxation therapy technique to reduce blood pressure in hypertensive patients. Method: The method used is a case study involving 2 clients selected according to the criteria, namely hypertensive patients with the application of the Benson relaxation technique according to the SOP with integration of the values of Al Islam, Muhammadiyah. Results: The results of the case study proved that in 2 hypertensive clients, there was a decrease in blood pressure after being given Benson relaxation therapy twice a day for 3 consecutive days for 10 - 20 minutes. 1 client experienced a decrease from 170/90 mmHg to 165/80 mmHg. while client 2 experienced a decrease in blood pressure from 165/90mmHg to 160/90mmHg Conclusion: The application of the Benson relaxation technique has been proven to reduce blood pressure in hypertensive patients. Suggestion: it is hoped that Benson's relaxation therapy can be implemented and this nursing care can be published

Key words : Hypertension, Benson's relaxation, blood pressure

Bibliography :12(2010-1019)